

## 運動部活動における熱中症対策

健康体育課

| 暑さ指数(WBGT)等                 | 運動の取扱い             | 対応                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----------------------------|--------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 熱中症特別警戒アラート(暑さ指数 35)発表時(※1) | 運動は中止              | ・活動場所・時間にかかわらず、終日、運動は中止とする。                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| 31 以上                       | 運動は原則中止            | <p>1 暑さ指数が 31 以上になった場合、運動は一旦中断する。</p> <p>2 暑さ指数が 31 以上になった時点で、次の①～④を再度徹底の上、別紙「運動部活動における熱中症対策記録表」に記録する。<br/>なお、記録は運動終了まで行うこととする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>①水分・塩分補給の徹底及び涼しい場所での休養</p> <p>②健康状態の確認</p> <p>③WBGT 測定器による環境状態の記録</p> <p>④天気予報を含め、気象状況の確認</p> </div> <p>3 上記 2 を実施の上、次の①又は②となった場合は、運動を再開することも可とする。</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>①活動場所を変更し、変更後の活動場所の暑さ指数が 31 未満である場合</p> <p>②当初の活動場所の暑さ指数が 31 未満に下がった場合</p> </div> <p>4 運動の中止、再開を判断する。</p> |
| 28 以上 31 未満                 | 厳重警戒<br>(激しい運動は中止) | <p>・激しい運動や持久走など体温が上昇しやすい運動は避ける。</p> <p>・10～20 分おきに休憩をとり水分・塩分を補給する。</p> <p>・暑さに弱い人は運動を軽減または中止する。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| 25 以上 28 未満                 | 警戒<br>(積極的に休憩)     | <p>・積極的に休憩をとり適宜、水分・塩分を補給する。</p> <p>・激しい運動では、30 分おきくらいに休憩をとる。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| 21 以上 25 未満                 | 注意<br>(積極的に水分補給)   | <p>・熱中症の兆候に注意する。</p> <p>・運動の合間に積極的に水分・塩分を補給する。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 21 未満                       | ほぼ安全<br>(適宜水分補給)   | <p>・適宜水分・塩分を補給する。</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

(日本スポーツ協会「熱中症予防のための運動指針」をもとに作成)

※1 熱中症特別警戒アラート：都道府県内の全ての暑さ指数情報提供地点（気候変動適応法施行規則の別表情報提供地点の欄に掲げるものを除く。）で、翌日の日最高暑さ指数（WBGT）が 35 以上になると予測した場合、該当都道府県に前日 14 時頃発表される。

【別紙】

## 運動部活動における熱中症対策記録表

|          |                         |       |  |
|----------|-------------------------|-------|--|
| 【学 校 名】  |                         |       |  |
| 【運動部活動名】 |                         |       |  |
| 【活 動 日】  | 令和      年      月      日 |       |  |
| 【活動場所】   |                         | 【変更後】 |  |
| 【記載者名】   |                         |       |  |

- 1 当日最初に暑さ指数(WBGT)が31以上になった時間及び暑さ指数を入力してください。

時 分 (暑さ指数)

- 2 以下①～⑤について、実施したことを記録表に○印で入力してください。

- ①水分・塩分補給の徹底及び涼しい場所での休養
- ②健康状態の確認
- ③WBGT測定器による環境状態の記録
- ④天気予報を含め、気象状況の確認
- ⑤その他

- 3 WBGT測定器による記録等について、20分間隔を目安とし、運動終了まで記入してください。

(※行が不足する場合は適宜追加してください。)

【記録表】

[illegible]

※本記録表の提出をお願いする場合がありますので、各部で保管願います。

健体第 342 号  
令和 8 (2026) 年 7 月 15 日

各県立学校長 様

教育長

運動部活動における熱中症対策について（依頼）

学校教育活動等における熱中症の事故防止対策については、令和 8 (2026) 年 5 月 12 日付け、学安第 138 号で通知しており、各学校において適切に対応いただいているところです。

しかし、近年 7 月下旬から 8 月においては、熱中症警戒アラートの発令される頻度が増加及び長期化する傾向であることから、生徒及び指導者の安全・健康を第一に考え、熱中症への対策を強化する必要があります。

つきましては、運動部活動における熱中症対策について、別表のとおりとしますので、下記留意事項と併せ、引き続き運動部活動における熱中症事故防止対策の徹底に取り組むようお願いいたします。

なお、練習試合及び各種大会については、主催者が定める基準による対応といたしますが、各学校においては、生徒の安全・健康の確保を最優先とした適切な対応をお願いいたします。

記

【留意事項】

- 環境省「熱中症予防情報サイト」において、熱中症警戒アラート等の発表状況を適宜確認し、活動について判断すること。
- 暑さ指数が高くなくとも熱中症のリスクがあるため、単に暑さ指数によらず、天気予報を含め活動場所の気象状況により、生徒の安全が少しでも危惧される場合は、躊躇なく活動を中止または延期すること。
- 午前から午後にかけての時間の経過とともに暑さ指数の上昇が想定される場合には、気象状況や生徒の活動状況も踏まえ、活動の中止や変更を行うこと。（事故発生前の判断）
- 活動終了後のクーリングダウンと健康観察を徹底すること。
- 登下校や部活動の移動時における熱中症リスクについても、引き続き十分に考慮すること。
- 保護者等に対しても熱中症対策についての情報提供を行う等、必要な連携を図ること。
- 文化部活動においても、運動部活動に準じた対応をすること。

〈本件担当〉

- 学校安全全般に関すること  
学校安全課 学校安全担当 TEL：028-623-2964
- 文化部活動に関すること  
高校教育課 指導担当 TEL：028-623-3382
- 運動部活動に関すること  
健康体育課 体力向上・部活動改革担当 TEL：028-623-3415